



202

王静

《职业素养与自我激

课程大纲



【课程

【课程】.....

我们所处的年代，是最好的年代，也是最坏的年代。全球信息爆炸与分工加速创造出无穷的机会并带来无限可能，但也让企业难以长久维持传统优势。

随着互联网时代的全面到来，以往让企业高枕无忧的核心竞争力，如商业模式、优势资源、核心技术等，在当下收到严重冲击。越来越多的企业领导人意识到，应对当下的“危”“迎接未来的”机”，根本在于构建稳固的人才与富有战斗力的团队。新陈代谢，乃万物生长之道。纳新在前，吐故在后，是保障组织稳定、有序发展壮大和活力之源。职场新生代能否在进入企业后快速、有效的成长并产生效能，在一定程度上决定了企业的发展。

《职业素养与自我激励》系列课程，紧贴当下时代特征和企业人才培养需求，基于多年管理培训生项目、新员工职场升级等项目策划并实施落地经验，匹配符合职场新生代培养趋势和规律的课程体系。

课程站在企业、管理者、新员工的三重角度，以发展视角看待个人与企业，成功于幸福之间的关系，并通过案例讨论、行动学习等形式，帮助职场新人实现在发展、角色、心态、素养、能力上的360°转变和提升。

【课程收益】

1. 全面认知职场与职业的内涵，展望发展设定目标及扩展空间
2. 确认职业人的角色定位及角色背后的责任
3. 转变职业人的心智模式，从判断到选择
4. 提升职业人的综合职业素养，打造职业人的黄金资本

5. 提升职业人的职业能力，从行动到问题解决

【课程对象】 管理培训生/基层员工/新员工

【课程时长】 1天，6小时/天

【讲师分享大纲】

第一单元：职业化“金三角”全面认知职业素养规划职业发展

1. VUCA时代，企业更需要可持续发展
2. 源自于IBM的“企业可持续发展模型”看职场职业化
3. 未来职场面临的四大变化
4. 职业化“金三角”让我们全面认识职业素养
5. 职场职业素养与胜任力模型&任职资格
 - 1) 胜任力模型
 - 2) 任职资格
6. 小组讨论：组织更看重怎样的职场人
7. 从T型人才到H型人才
8. 职场雷达图帮助我们全面提升职业素养

第二单元：职业人的职业生涯规划与自我管理

1. 职业发展决定成长空间
 1. 职场成长必经的三个阶段
 - 1) 探索期：我是谁？
 - 2) 践行期：我应该是谁？
 - 3) 承担期：是什么决定了我的定位和角色
 2. 角色的背后是责任与价值体现
 - 1) 组织与角色分工
 - 2) 课堂练习：职场职业人重要的8件事（排序练习）
 2. 职业心态影响判断与选择
 - 1) 职场焦虑的应对策略

2) 职场失落的应对策略

3) 职场厌倦对应用策略

4) 管理好自己的情绪与压力

3. 课堂练习：职场个人发展规划

第三单元：职场职业人的五项修炼

1. 职场职业人第一项修炼：做事有目标

2. 什么是目标？什么是目标管理？

3. 目标达成基本模型帮助职业人设定目标

4. 职场目标管理与效能提升

1) 目标不等于成效

2) 从《卓有成效的管理者》看效率与成效

3) 成效与职业价值

5. 目标达成的基本模型

6. 华为目标管理法-从目标设定到成果落地

7. 职场职业人第二项修炼：事前有计划

1) 计划 VS 变化，计划是用来应对变化的

2) 凡事预则立，不预则废

8. 计划管理的核心五要素

1) 时间/进度

2) 质量/目标

3) 预算/资源

4) 风险预案

5) 人员要素

9. 以项目管理视角看计划落地

1) 工具：项目管理十张表

2) 工具：一页纸项目管理表

10. 职场职业人第三项修炼：遇事有沟通

1) 什么是沟通？什么是职场沟通？

2) 影响沟通的五大因素

11. 如何与不同性格的人进行沟通

1) PDP 性格测试

2) PDP 测试分析

12. 职场职业人第四项修炼：遇阻有方法

13. 什么是问题？职场人面对问题问题

1) 不做问题的搬运工

2) 不置疑原有的方法和原则

14. 问题分析与解决的基本方法

15. 职场职业人第五项修炼：事后有结果

1) 态度不是结果

2) 职责不是结果

3) 任务不是结果

4) 视频分享：要业绩突破不要小白兔

16. 职场人的“四不”和“四多”提升职场效能